

Dificultad con el Prendimiento Durante La Lactancia

Problemas con el prendimiento o fijación del bebé al pecho, puede deberse a el uso de posición incorrecta, los senos están muy congestionados o llenos o los pezones son invertidos o planos.

ADOpte LA POSICIÓN ADECUADA PARA AMAMANTAR:

- ◆ Acomódese y ponga un libro o caja bajo los pies para que el regazo quede plano.
- ◆ Asegúrese que el bebé se encuentra volteado “pecho-a-pecho”.
- ◆ Coloque al bebé de tal manera que su oído hombro y cadera queden alineados con su cuerpo.
- ◆ Sostenga al bebé con la mano detrás de el cuello y del hombro para guiarlo al pecho.
- ◆ Sostenga el trasero de su bebé en la curva de su brazo.

AYUDE A QUE EL BEBÉ OBTENGA UN PRENDIMIENTO CON LA BOCA AMPLIAMENTE ABIERTA:

- ◆ Alinee la nariz del bebé con el pezón.
- ◆ Permita que la cabeza del bebé se incline un poco para atrás mientras lo acerca al pecho.
- ◆ Extraiga una gota de leche.
- ◆ Acerque la boca del bebé al pezón, dejando que lamba.
- ◆ Espere que abra la boca ampliamente.
- ◆ Rápidamente atraiga al bebe hacia el seno y sobre el pezón.

SUAVICE EL SENO SI ESTÁ MUY LLENO:

- ▶ Use compresas de hielo por 3-4 minutos.
- ▶ Masaje el pecho para estimular el flujo de leche.
- ▶ Extraiga un poco de leche manualmente o con una bomba para suavizar el seno.
- ▶ Repita las compresas de hielo cada 2-3 horas hasta que el seno este más suave.

COMO MEJORAR LOS PEZONES PLANOS O INVERTIDOS PARA OBTENER UN MEJOR PRENDIMIENTO:

- ▶ Sientese con una almohada en la espalda para que los pezones sobresalten.
- ▶ Use una bomba unos minutos antes de poner al bebé en su pecho para sacar

Por mas información llame al:

Adaptado del
Departamento de Salud de
Arkansas Programa de
WIC.